

“阅读马拉松”精彩到终点——

有朋微信来,风吹书页香

编者按: 跑到最后,有没有畅快地“跑出盐”?

深秋起跑的这站“阅读马拉松”,由浙江日报与秦山核电站共同举办。一场“奔跑”,书页铺就的跑道上,文字是我们向前的脚步。一个多月的时间,众多“跑友”加入了我们的行列,我们的微信平台 and 邮箱,被塞得满满当当。一个个喜欢读书的你,捕捉并描述着沿途文字的风景。这场“马拉松”,就要这么激爽!

今天,我们特地选出了其中人气最高的几篇“跑友”佳作,以期和大家一起分享这些饱含着“能量”的文字。如果其中的某些文字也打动了你,也请把你的感受告诉我们,具体可发送“浙江日报有风来”微信账号(关注账号请扫一扫右边的二维码)。

来吧!“挺”一“挺”我们的“跑友”,你也将有机会获得我们送出的话费奖励。



作者:林语堂
出版社:湖南人民出版社

乐观豁达 豪迈千古

郭少卿



作者:理查德·怀斯曼
出版社:湖南文艺出版社

为者常成 行者常至

邵剑锋



作者:玛格丽特·杜拉斯
出版社:上海译文出版社

塞纳河边 家的故事

向波



作者:卢思浩
出版社:湖南文艺出版社

青春时光 快乐安放

陈勇



作者:李娟
出版社:云南出版集团

茫茫戈壁 达者常乐

蒋冰琼

“风”友热议, 精华集萃

本报记者 郭兴华 整理

- 1.7eon
《资治通鉴》,非静不能读,非资不能通,非治不能鉴,读资治通鉴,知孰是孰非!
- 2.BRIAN
《大清相国》,王岐山大力推荐的,你还等什么?
- 3.珠帘寨主
《人物志》——我国古代第一部系统的人才心理学专著,是现代HR必读的人力资源经典。
- 4.Kaiser多多
《人性的弱点》,此书就像一面镜子,帮助我们认识自我,完善自我,成为一个善于经营自己生活的成功者。
- 5.闲庭漫步
《目送》用散文的形式生动描写了父亲逝去的悲伤,母亲不可避免的衰老,儿子的离去,描写出作者在经历这些时的缠绵不舍之情,是一部生动的生死笔记。
- 6.易乙
《花间一壶酒》布局精巧,李零给我们打开了一扇窗,让我们看到更广阔的世界,一个更真实的社会。以温和的语言,犀利地展现不好看的李零,文字可以让人读两遍以上。
- 7.小兔子
遵循《人性的弱点》的原则,你会克服人性的诸多弱点,做一个更好的自己。
- 8.果果龙
《遇见未知的自己》是都市人心灵修行课,解读拥有了很多的你为什么快乐。
- 9.坤
《平凡的世界》里读平凡平凡的人物,平凡平凡的双手,却又不平凡的精神。
- 10.李先生
《百年孤独》讲述一个家族七代人的传奇故事,反应拉丁美洲百年风云变幻历史的沧桑。
- 11.Mr.Year
《南明史》中,明王朝的覆灭是源于自身内部,我们要正视和不忘这段历史。
- 12.hcp
《警惕科学》对于科学技术的功与过,谁人评判?且行且证。
- 13.luo
《时间都去哪儿了》,读完此书,你不会拥有更多的时间,但你一定会拥有更多的责任,因为我们都不年轻了。
- 14.秦小愚
《钢铁是怎样炼成的》告诉人们:生命之意义在于不屈的努力。
- 15.乐悠悠
《明朝那些事儿》让你抛弃冰冷的史书,能以人性的视角观察品味历史的沧桑和人物的兴叹!
- 16.张
《君子之道》论及君子之道是中国文化的主要“道”,让我们追踪它的演变,你会发现,我们是在追踪自己,追踪中国。
- 17.小灰灰
《钱学森》告诉我们:爱国是要用自己的行动去证明的。
- 18.孙国欣
《光荣与梦想》对于想了解那段美国历史,也不愿了解的那么“本质”,那么“学术”的人来说,每天翻翻,在愉快的阅读中畅游一段异国光荣与梦想交织的年代,比照现实,或许会给我们些力量。
- 19.心情
李茂友《人生有价值》说,在这大千世界中,不同的人有不同的人生价值。而对每个人来说,生命属于人只有一次。一个人的一生应该怎样度过?

轻轻合上理查德·怀斯曼的《正能量》,思维的涟漪却仍未从字里行间化解,不禁问了自己两个问题:什么是正能量?如何才能产生正能量?

对于我们来说,生活中对家人的体贴、对朋友的关爱、对陌生人的友善、对经历苦难者的帮助是正能量。而工作中严谨负责的工作作风、锐意进取的钻研精神、奉献牺牲的无谓品质更是一种正能量。着眼于自身,正能量可以是愉快美好的心情,可以是乐观积极的心态,也可以是无私善良的品德。着眼于集体,正能量可以是团结向上的精神,可以是平等互助的氛围,也可以是无坚不摧的力量。所以激发出我们内心的正能量是多么的必要而且实际,它可以让我们自身变得更加强大,让我们的社会变得更加美好。

如何才能产生正能量?理查德·怀斯曼告诉我们:情绪与思维,是两个不同的过程,情绪是在人脑观察到人体反应后瞬间做出的判断,思维则是对情绪的进一步加工。简单地讲就是:行为导致情绪的产生,而思维再对情绪进行加工来影响行为。这也就是本书中的核心“表现原理”。人们可以通过对某种情绪的表现而获得相应的情绪感受。人们微笑是因为快乐,同时人们也会因为微笑而变得更加快乐。如果我们以“表现原理”为指导,强化行为,提升正能量,让正能量改变你的思维,思维进一步指导你的行为,生活就会是另一番景象。

即使你不快乐,但努力让自己尽情微笑;即使你很疲惫,但努力让脚步轻快起来;即使你很自卑,但请试着高昂起头,学着像充满自信一般。渐渐地你会发现自己的情绪随着你的行为慢慢地发生了改变。同样的,如果你想拥有一种品质,那就表现得你像是已经拥有了这种品质一样;如果你觉得自己消极、悲观、被动、狭隘或是自私,那就请你多和积极的、乐观的、主动的、豁达的或是无私的人在一起,学着和他们一样做事、一样说话、一样思考,慢慢的你就会和他们一样充满着正能量。其实这就是正能量的传递,也是让我感触至深的地方。

原来如此,正能量不仅可以靠行为自我激发,还可以相互传递,这是多么美妙的一件事啊!也许大家常常听到“传递正能量”这个词,而正能量是如何传递的未必是每个人都曾想过的问题。其实,就像微笑一样,当你见到别人微笑的时候,你也试着嘴角上扬,即使此时你很不快乐,渐渐地你就会发现已经没那么沮丧了,正能量就这样传递开来了。

《夏雨》的作者用一种特别的意识流形式叙述了一段发生在塞纳河边维特里的故事。

父母都是外乡人,父亲埃米利奥·克雷斯卡来自意大利,曾经有过泥瓦工的工作,母亲汉卡·利索夫斯卡雅,来自波兰,连她自己也不知道自己生在哪里,自己说在乌克兰与乌拉尔之间民族杂居的某个地方,被一法国人带到巴黎,后为了逃避来到了维特里,在市政厅当清洁工,直到第一个孩子出生。母亲很漂亮,“二十岁,金黄色、略微发红的金黄色头发、天蓝色眼睛、波兰人的皮肤”。母亲的特点不在于她漂亮,而在于谁也说不清她。这是漂亮的另一种方式,她知道自己漂亮,但举止像不漂亮的女人那样。“忘掉自己漂亮,对自己马马虎虎,不由自主地。”长时间内,父亲在想象母亲的过去因为漂亮而招人喜欢,具体的故事又是一个未知数时甚感痛苦,孩子们的出生结束了父亲的痛苦。但是后来孩子们给父亲带来另一种痛苦。“这种痛苦,这种新的痛苦,父亲接受了。”书中虽然没有直接写这种痛苦,但是显然孩子的多和家里的贫困压倒了他的意志。

没有母亲就没有主人公欧内斯托和冉娜,母亲在这本书里也是重要的一笔。虽然他们一家人一次次地换居住证,在维特里他们仍然是暂住者,他们似乎是被遗忘的一群人,找不到工作,不太清楚自己的来历,又没有专长,因为有了孩子才有了栖息地,靠家庭补助金生活,有了补助金他们便去市中心喝博若莱葡萄酒和苹果烧酒,一直喝到午夜,市中心酒吧关门的时候,喝醉酒的时刻才能让他们活下去。母亲那段在西伯利亚火车上的爱情十分强烈,让冉娜和欧内斯托印象深刻,有很多时候母亲会一个人在黑暗中呆着,把孩子们赶走,只在吃饭的时候叫回来,好像在脑子里写一本自己的书。哼着《涅瓦河》的调子,歌声在夜里有一种强烈的野性的幸福,一家人经常只能吃土豆。

在父母亲醉酒,母亲把自己关在房内,父亲听之任之的情况下,欧内斯托和冉娜经常担负起看管弟妹的责任。兄妹俩有一种情愫在这个过程中潜滋暗长,他们的母亲很熟悉这股“穿越头脑的风。”“是一种‘虚而又虚’的东西”。虽然是母亲,但是对于他们兄妹俩的这种感情,似乎无能为力,她甚至看到长得跟她一样漂亮的冉娜就是当年的自己,她很害怕,恐惧,可是母亲却没有做出实质性的努力去进行劝阻。到本书结束的时候,父亲是不是也理解了母亲对兄妹俩的想法,文章也没有直接呈现。

不知从何时起,电话簿里的朋友仅仅变成了逢年过节的一条条短信寒暄,我们整天时刻都在把玩着手机,一边百无聊赖地翻阅八卦新闻。大多数时候,我们走得太快,顾不上欣赏沿途的风景,大多数时候,我们活得匆忙,来不及感受人生的悲喜。在并不苍老的年纪,我们在陌生而熟悉的城市里摸爬滚打努力奋斗,极不情愿地领略生活的艰辛和现实的残酷。禁不住问自己,我们的时间都去哪儿了?突然明白,一直埋头赶路的人,只能看到脚下黑色的土地和扬起的灰尘。

五月的一天,打电话给了家乡最好的两个兄弟,我说,喂!伙计们,停下来歇歇,咱们来一场说走就走的旅行吧!电话那头他们一边笑着骂我矫情,一边爽快地应允。相同的年纪,不同的轨迹,多年未见,岁月在我们的脸上留下不一样的痕迹,庆幸的是,我们还有一样的心绪。抛下工作,丢掉烦恼,一辆车,三个人,我们踏上了重走青春路的旅程,就像齐秦在张三的歌里唱的那样,忘掉痛苦忘掉那地方,我们一起启程去流浪,虽然没有华夏美衣裳,但是心里充满着希望……一起感受壁立千仞的剑阁蜀道,一起走过山灵水秀的青木川古镇,五天的行程充实而圆满,分别的前一天,我们都没有难过。我们一起在家乡的汉江边上抽着烟看夕阳落下。太阳的余晖在江面上掠过,泛起阵阵波光,连城山苍翠的轮廓在波光中摇曳,几个光屁股的小男孩在江边游泳嬉戏,他们从江边的一块大石头顺次跳下,每一次溅起的水花都把我们拉回童年无忧的时光。江边的刺泡已经泛红了,可惜,等不到刺泡成熟,我们就要分别。临行前的车站,我拍着他们的肩膀笑着说,嘿!这段青春还真没白费!

台湾作家周梦蝶老先生在《还魂草》中写道:穿过我与非我,穿过十二月与十二月,在八百八十八之上,你向远处斟酌自己,斟酌和你一般浩瀚的翠色……我想,人只有在走过一段很长的路,再回头遥望,才能将走过的那段日子,经历过的人事,看得更加清楚,而更重要的是,看清这段路以后,你会学会如何更好地去生活。若干年前,最喜欢在交大东花园那棵最茂盛的梧桐树下的长凳上看书,温暖的阳光透过梧桐叶间的缝隙慷慨洒下,每每疲累,便和衣倒头睡去,常常误了上课的钟点。那时正值人间四月,草长莺飞,我们的青春,是樱花道上簌簌落下的飞花,是钱学森图书馆里占座的真空杯,还有西二楼老桌椅上刻着的情诗……青春如斯,让人难以忘怀。

不知从什么时候起,看书成了我进行自我治愈的一种方式。来到陌生的城市工作,奔波于两点一线的生活,心里惴惴的还是刚迈出大学校门的志忑。而如果身边常伴有书,如果晚上睡觉时能看到床头堆放的书,并且能够在入睡前翻阅几页的话,我就会感到无比安心。书,成了连结我熟悉的大学生活和眼下新生活的节点。在这个时候,如果恰好碰上一本好书,那就更加让人舒心,使我一下子就从工作的疲惫中回过神来。

《我的阿勒泰》就是目前我枕边书中最爱的一本。在阿勒泰地区,茫茫的戈壁滩,大半年气温都在零摄氏度以下,人和马、羊以及各种野草野花一样,粗砺地生长。在大多数城市人看来,那样的环境可怎么生活啊,别说没有任何娱乐设施,就连基本的房屋、道路都是最“原始”的状态,尤其到了冬天,铺天盖地的大雪一来,缺衣少食、停电断水的状况就更是家常便饭。

李娟从10来岁起,便和家人——她的妈妈和80岁的外婆,搬到了位于牧区边缘的阿克哈拉村,经营一家杂货铺兼营裁缝店。生活纵然枯燥,但李娟总能从其中找到乐子。比如放羊时,把羊一扔,自己找片厚实的草地睡觉,看天上“像是用滚筒印染的方法印上去似的”云,直到“惊觉自己也被挟卷进了一场从天到地的大移动中”;再比如,搬家搭建房子,用塑料布撑起来的“房子”极其不牢靠,雨一下,不仅屋里滴滴答答四处漏雨,得用塑料袋一个个兜住漏水处,而且,房子还会冷不丁地被风“连根拔起”,害得妈妈和外婆“在风中一前一后地追赶”。

但即使这样,生活依旧没让李娟感到沮丧,她会在被装满雨水的塑料袋突然爆掉而淋湿一身后,还没心没肺地大笑,会在追回来被风刮走的“房子”后,躺在里边再次安心地睡着。看到这些,我常常禁不住发笑,不由得想起李娟用文字所描写的种种窘况,同时,也完全理解了柴静评价李娟的话——“她对待悲苦的态度,像孩童一样”,没有美化,也没有夸张,她是真正地在用一种天真的、不预设的眼睛来看待生活。

沉浸在李娟的文字里,我只感到温暖,感到熨帖。连荒凉的牧区戈壁滩尚且都能被描写得这样生动有趣,那么,反观我们自己的生活,是不是错过了太多的风景,忽视了太多的美好呢?种种的抱怨,也许只是因为我自己没有打开心扉,来接纳眼前的这个新世界而已。